

松平 浩 先生が

NHK きょうの健康 に 出演します!

4月9日(火)は
「NHK ごごナマ」も!
ごごナマ14時台「知っく!らいふ」
総合 14:05~14:55
(生放送)

東京大学医学部附属病院22世紀医療センター 特任教授
整形外科医 医学博士
松平 浩

腰痛対策、運動・姿勢指導の第一人者。「NHKスペシャル」をはじめ多くのNHKの番組に出演。
2019年4月8~11日に「NHK きょうの健康」、4月9日に「NHK ごごナマ」に出演予定。
著書に、「一回3秒これだけ体操 腰痛は「動かして」治しなさい」(講談社+α新書)、「3秒から
始める 腰痛対策&肩こり体操」(NHK Eテレ まる得マガジンMOOK)など多数。



トコトン! 腰痛大解決

放送日

先どり

4月5日(金)

総合 10:40~10:55

先どり再放送

4月6日(土)

総合 4:15~4:30

本放送

【第1回】 【第2回】 【第3回】 【第4回】

4月8日(月) / 9日(火) / 10日(水) / 11日(木)

Eテレ 20:30~20:45

再放送

【第1回】 【第2回】 【第3回】 【第4回】

4月15日(月) / 16日(火) / 17日(水) / 18日(木)

Eテレ 13:35~13:50

ぜひ、ご覧ください!